Утверждаю:

Директор МАОУДО

«ДДЮТ» г. Чебоксары

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_Е. В. Воробьева.

05.06.2023г.

**Меню для воспитанников летнего учреждения «Лето цвета счастья» на 05 июня 2023г.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | Название блюда | Цена | Масса порции, г | Пищевые вещества, г | | | Энергетическая ценность, ккал | Витамины(мг) | | | | Минеральные вещества(мг) | | | |
| белки | жиры | углеводы | А | В | С | Е | Са | Mg | Р | Fe |
| **Завтрак** | Каша рисовая молочная со сливочным маслом | 37-00 | 200/5 | 5,96 | 9,16 | 42,51 | 277 | 0,09 | 0,08 | 1,31 | 0,27 | 129,1 | 36,57 | 159,37 | 0,56 |
| Хлеб пшеничный | 2-00 | 20 | 1,52 | 0,17 | 9,72 | 48 |  | 0,02 |  | 0,22 | 4 | 2,8 | 13 | 0,22 |
| Чай с сахаром | 6-00 | 200 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 |  |  | 0,1 |  | 5,25 | 4,4 | 8,24 | 0,87 |
| **Обед** | Суп картофельный с горохом, с говядиной | 40-00 | 250/12,5 | 5,88 | 4,66 | 20,38 | 238 | 0,19 | 9,2 | 0,05 | 0,21 | 30,72 | 70,6 | 27,9 | 1,67 |
| Макароны отварные | 15-00 | 150 | 5,32 | 4,89 | 5,52 | 211 | 0,09 |  | 0,05 | 0,76 | 10,3 | 45,28 | 8,16 | 0,82 |
| Гуляш из говядины | 105-00 | 80(50/30) | 14,75 | 13,14 | 3,3 | 191 | 0,06 | 0,09 | 0,73 | 0,25 | 17,86 | 4,1 | 12,93 | 0,31 |
| Чай с сахаром | 6-00 | 200 | 0,2 | 0,05 | 15,01 | 57 |  |  | 0,1 |  | 5,25 | 4,4 | 8,24 | 0,87 |
| Помидоры порциями | 6,00 | 20 | 0,19 | 0,05 | 1,25 | 4,8 | 0,012 | 5,04 | 0,06 | 0,08 | 3 | 5,4 | 4,2 | 0,18 |
| Огурцы свежие порциями | 11-00 | 35 | 0,44 | 0,018 | 3,52 | 12,83 | 14,7 | 0,18 | 0,04 | 0,23 | 8,75 | 12,25 | 15,75 | 0,53 |
| Хлеб ржано-пшеничный | 2-00 | 20 | 0,94 | 0,2 | 0,2 | 42 |  | 0,01 |  | 0,26 | 4,8 | 3,8 | 17,4 | 0,75 |
| **Итого**: | | 230-00 |  | 35,4 | 32,39 | 116,42 | 1138,63 | 15,14 | 14,62 | 2,44 | 2,28 | 219,03 | 189,6 | 275,19 | 6,78 |

Зав. производством столовой А. Н. Кудрина

Экономист Е. И. Петрова